

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Сюмсинская средняя общеобразовательная школа

«Принято»
Педагогическим советом
Протокол № 4_
От « 20_ » мая 2020 г



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-педагогической направленности**

«Пульс»

Возраст учащихся: 12-13 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Лобовиков Дмитрий Васильевич
преподаватель-организатор ОБЖ
высшей категории

Сюмси 2020 год

1. Пояснительная записка.

В жизни сложно предусмотреть все возможные ситуации, когда есть нужда в эффективных действиях предотвращения угрозы. Тем ценнее становится присутствие рядом того, кто владеет знаниями и сможет быстро помочь, разобраться в ситуации. Вызвать скорую помощь и спецслужбы. Осмотреть пострадавшего, восстановить проходимость дыхательных путей, провести сердечно-легочную реанимацию, поддерживать возможность дыхания, придать правильное положение телу, найти нужные слова, чтобы успокоить. Тот, кто когда-либо попадал в подобную ситуацию, знает цену каждого мгновения своей жизни.

Данная программа направлена на формирование ценностного отношения к своей жизни и к жизни окружающих. Программа позволяет сформировать совокупность устойчивых форм поведения при возникновении опасности и необходимости применения первой медицинской помощи. Программа обучения построена по принципу от «простого к сложному» и углубления теоретических знаний и практических умений на каждом последующем этапе обучения.

Актуальность предложенной программы связана с необходимостью вооружения современного человека навыками действия в чрезвычайных и опасных ситуациях.

Педагогическая целесообразность изучения данной программы обосновывается необходимостью пристального внимания к формированию здорового образа жизни у обучающихся, естественной потребности в соблюдении санитарно-гигиенических норм повседневной жизни.

Цель: создать условия для овладения учащимися основными медицинскими знаниями.

Задачи:

- сформировать у обучающихся прочные и осознанные навыки оказания первой доврачебной медицинской помощи;
- сформировать алгоритм оптимальных действий в опасной и чрезвычайной ситуации различного характера.
- воспитать гуманное отношения к окружающим;
- формировать такие нравственные качества, как милосердие, сострадание, соучастие.
- воспитание коллективизма, чувства ответственности за свои поступки, за жизнь и здоровье окружающих.

Возраст обучающихся: 12-13 лет.

Формы и режим занятий

Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 учебному часу, и проводятся в группе с максимальным количеством детей не более 15 человек.

Срок реализации программы: 1 год: 36 часов из расчета 1 час в неделю.

Программа кружка «Пульс» имеет базовый уровень и относится к социально-педагогической направленности: создаются условия для социальной практики ребенка в его реальной жизни, накопления нравственного и практического опыта.

Основные формы занятий:

- Теоретические занятия – беседы с использованием иллюстративного материала, просмотр презентаций, доклады на разнообразные темы.

- Практические занятия в помещении и на местности – наблюдение, соревнования. Практические занятия проводятся с использованием предметов табельного имущества, имитация пораженных и больных, разыгрыванием моделей ситуаций, при которых надо применять знания и умения по начальной медицинской подготовке, выполняются определенные упражнения и разрешаются смоделированные ситуации несчастных случаев.

1. Учебно-тематический план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы контроля
		Всего	теори я	практик а		
Раздел 1. Общие принципы оказания первой помощи						
1.1.	Общие правила оказания первой помощи.	1	1		Лекция, беседа, практическое занятие в кабинете.	Зачет по аптечке для оказания первой помощи. (Зачет №1)
1.2.	Краткие анатомо-физиологические сведения об организме человека	1	1			
1.3	Аптечка для оказания первой помощи	1	1			
1.4.	Практическая работа.	1		1		
Раздел 2. Кровотечения						
2.1.	Кровотечения. Виды кровотечений. Первая помощь.	1	1		Лекция, беседа, практическое занятие в кабинете.	Практическое решение ситуационных задач. (Зачет №2)
2.2.	Практическое занятие. Способы остановки кровотечений	1		1		
2.3.	Практическое занятие. Техника наложения жгута (жгута-закрутки).	1		1		
2.4.	Повязки. Общие принципы наложения повязок.	1	1			
2,5.	Практическое занятие. Наложение повязок на руку, ногу, голову.	2		2		
2.6	Практическое занятие. Решение	1		1		

	ситуационных задач.					
Раздел 3. Внезапная остановка сердца. Искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца						
3.1.	Потеря сознания. Причины. Первая помощь.	1	1		Лекция, беседа, практическое занятие в кабинете.	Зачет по оказанию первой помощи при остановке сердца. Работа с манекеном. (Зачет №3)
3.2.	Понятие сердечно-легочной реанимации.	1	1			
3.3.	Практическое занятие. Применение искусственной вентиляции легких.	1		1		
3.4.	Практическое занятие. Тренировка непрямого массажа сердца на манекене.	1		1		
3.5.	Зачет по оказанию первой помощи при остановке сердца.	1		1		
Раздел 4. Травмы.						
4.1	Травмы. Виды травм: ушибы, растяжения, сдавления, переломы, обморожения, ожоги.	1	1		Лекция, беседа, практическое занятие в кабинете.	Решение ситуационных задач. Работа с имитаторами травм и медицинскими шинами. (Зачет №4)
4.2	Практическое занятие. Оказание первой помощи при ушибах, растяжениях.	1		1		
4.3.	Понятие «перелом» и «иммобилизации». Первая помощь при переломах.	1	1			
4.4.	Практическое занятие. Оказание первой помощи при переломах.	2		2		
4.5.	Практическое занятие. Переломы. Первая помощь (иммобилизация).	1		1		

4.6.	Электротравма. Первая помощь.	1	1			
4.7	Практическое занятие. Практическое занятие. Оказания первой помощи при ожогах.	2			2	
4.8	Тепловой удар. Первая помощь.	1	1			
4.9	Обморожение, переохлаждение. Первая помощь.	1	1			
4.10	Решение ситуационных задач.	1			1	

Раздел 5. Утопление.

5.1.	Утопление. Первая помощь.	1	1			Лекция, беседа, практическое занятие в кабинете.	Зачет «Спасательные работы на воде». (Зачет №5)
5.2.	Практическое занятие. Способы поиска пострадавшего (Бросание конца Александра и спасательного круга).	1			1		
5.3.	Способы высвобождения из захвата утопающего.	1			1		

Раздел 6. Дорожно-транспортные происшествия. Транспортировка пострадавших.

6.1.	Тактика поведения. Первая помощь пострадавшему.	1	1			Лекция, беседа, практическое занятие в кабинете и на местности.	Решение ситуационных задач. (Зачет №6)
6.2.	Практическое занятие. Виды транспортировки пострадавших при различных повреждениях без использования вспомогательных средств и с применением	3			3		

	подручных материалов.				
6.3.	Решение ситуационных задач.	1		1	
Итого		36	14	22	

2. Содержание программы.

Раздел 1. Общие принципы оказания первой помощи.

Теория: Общие правила оказания первой помощи. Краткие анатомо-физиологические сведения об организме человека. Аптечка для оказания первой помощи.

Практика: Практическая работа (Зачет по аптечке).

Раздел 2: Кровотечения.

Теория: Кровотечения. Виды кровотечений. Первая помощь. Повязки. Общие принципы наложения повязок.

Практика: Практическое занятие. Способы остановки кровотечений. Практическое занятие. Техника наложения жгута (жгута-закрутки). Практическое занятие.

Наложение повязок на руку, ногу, голову. Практическое занятие. Решение ситуационных задач.

Раздел 3: Внезапная остановка сердца. Искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца.

Теория: Потеря сознания. Причины. Первая помощь. Понятие сердечно-легочной реанимации.

Практика: Практическое занятие. Применение искусственной вентиляции легких.

Практическое занятие. Тренировка непрямого массажа сердца на манекене. Зачет по оказанию первой помощи при остановке сердца.

Раздел 4: Травмы.

Теория: Травмы. Виды травм: ушибы, растяжения, сдавления, переломы, обморожения, ожоги. Понятие «перелом» и «иммобилизации». Первая помощь при переломах. Электротравма. Первая помощь. Тепловой удар. Первая помощь. Обморожение, переохлаждение. Первая помощь.

Практика: Практическое занятие. Оказание первой помощи при ушибах, растяжениях. Практическое занятие. Оказание первой помощи при переломах.

Практическое занятие. Переломы. Первая помощь (иммобилизация). Практическое занятие. Практическое занятие. Оказания первой помощи при ожогах. Решение ситуационных задач.

Раздел 5: Утопление.

Теория: Утопление. Первая помощь.

Практика: Практическое занятие. Способы поиска пострадавшего (*Бросание конца Александра и спасательного круга*). Способы высвобождения из захвата утопающего.

Раздел 6. Дорожно-транспортные происшествия. Транспортировка пострадавших.

Теория: Тактика поведения. Первая помощь пострадавшему.

Практика: Практическое занятие. Виды транспортировки пострадавших при различных повреждениях без использования вспомогательных средств и с применением подручных материалов. Решение ситуационных задач.

3. Планируемые результаты.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценивать по двум уровням. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об основах оказания первой медицинской помощи. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом).

В результате реализации программы у учащихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий.

Регулятивные УУД:

Обучающиеся научатся:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

Познавательные УУД:

Обучающиеся научатся:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающиеся научатся:

- работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- формулировать свои затруднения;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению;
- осуществлять взаимный контроль;

Предметные результаты:

К концу года обучения учащиеся должны:

- самостоятельно лечить несложные ранки, натертости, царапины;
- уметь оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим при ожогах, утоплении;
- знать и правильно выполнять все способы остановки кровотечений (капиллярного, венозного, артериального);
- знать приемы обезболивания;
- уметь наложить асептическую повязку на любую часть тела;
- сделать из подручных средств иммобилизирующий инструмент при переломах конечностей;

- уметь оказать помощь при переломах, проводить реанимационный комплекс при обмороках;

Главным же показателем обучения по начальной медицинской подготовке является не умение накладывать жгут или шину, а изменение отношения к себе и своему здоровью, появление понимания причин и следствий заболеваний, более заботливого, чуткого отношения к людям.

4. Календарный учебный график.

<i>Год обучения: с 1 сентября 2020 по 31 мая 2021</i>			
Учебный год	Недели обучения	Количество недель	Количество часов
Сентябрь			
Сентябрь			
Сентябрь			
Сентябрь			
Сентябрь-октябрь			
Октябрь			
Октябрь			
Октябрь			
Октябрь			
Ноябрь			
Ноябрь			
Ноябрь			
Ноябрь			
Ноябрь-декабрь			
Декабрь			
Декабрь			
Декабрь			
Январь			
Январь			
Январь			
Февраль			
Февраль			
Февраль			
Февраль			
Март			
Март			

Март			
Март			
Март-апрель			
Апрель			
Апрель			
Апрель			
Апрель			
Май			
Май			
Май			
Итого:			

5. Условия реализации программы.

Для реализации данной программы необходима материально-техническая база: наличие аптечки, компьютера, проектора, экрана, манекен-тренажёр, имитаторы различных травм, набор медицинских шин, спасательный круг, конец Александра, марлевые бинты (разной ширины), носилки, медицинский жгут.

Методические материалы: наличие материалов по темам, пособий, информационно-образовательных ресурсов, презентаций, видеофильмов.

6. Формы аттестации и контроля.

Зачет №1. Состав медицинской аптечки.

МЕДИЦИНСКИЕ АПТЕЧКИ

АПТЕЧКА ВОДИТЕЛЯ



- СОСТАВ**
1. вата 50 г н/с
 2. бинт 5х8 н/с
 3. лейкопластырь бактерицидный
 4. валидол
 5. салфетки стерильные
 6. лейкопластырь Т-250
 7. пакет гипотермической "Морозо"
 8. ножницы
 9. лямка 50%
 10. йод
 11. бинт 5х10 н/с
 12. бинт 5х10 стерильный
 13. бинт эластичный трубчатый
 14. нитроглицерин
 15. перчатки
 16. жгут кровоостанавливающий

АПТЕЧКА МЕДИЦИНСКАЯ ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПОЯСНАЯ КМ-1



- СОСТАВ**
1. перевязочные средства
 2. жгут кровоостанавливающий
 3. спрей лейкопластырь
 4. пакет охлаждающий
 5. салфетка дезинфицирующая
 6. салфетка гемостатическая

СУМКА МЕДИЦИНСКАЯ РЕАНИМАЦИОННАЯ КМ-3



- СОСТАВ**
- врачебные предметы и хирургические инструменты**
ножницы, пинцет, зажим, скальпель, фонарик диагностический, жгут кровоостанавливающий;
- средства для инъекций и инфузий**
шприцы и иглы инъекционные, системы для инфузий;
- предметы контроля за ранеными и больными**
прибор манометрический мембранный, стетофонендоскоп, термометр медицинский;
- перевозочные средства**
бинты марлевые, вата медицинская, салфетки антисептические;
- прочие предметы**
приборы и аппараты для ИВЛ, пакет охлаждающий, спрей охлаждающий, спрей лейкопластырь, шина воротник, шина транспортная складная, повязка косыночная, носилки плащевые, отсасыватель медицинский с ножным приводом.

МЕДИЦИНСКАЯ СУМКА

Комплектуется лекарственными препаратами и средствами необходимыми для неотложной медицинской помощи.



Зачет №2. Варианты ситуационных задач по первой помощи

<https://medbe.ru/firstaid/organizatsiya-pervoy-pomoshchi/pervaya-meditsinskaya-pomoshch-situatsionnye-zadachi/>

Зачет №3. Проведение сердечно-легочной реанимации на манекене-тренажере в течение 2 минут (соотношение дыхание/компрессия должно быть 2:30), вне зависимости от количества человек, проводящих сердечно-лёгочную реанимацию.

Зачет №4. Варианты ситуационных задач по первой помощи

<https://medbe.ru/firstaid/organizatsiya-pervoy-pomoshchi/pervaya-meditsinskaya-pomoshch-situatsionnye-zadachi/>

Зачет №5. Спасательные работы на воде.

1. Нужно попасть спасательным кругом в коридор шириной 2 метра, находящийся на расстоянии от спасателя 10 метров. (3 попытки)
2. Нужно метнуть конец Александрова в коридор шириной 2 метра, находящийся на расстоянии от спасателя 10 метров. (3 попытки)

Зачет №6. Варианты ситуационных задач по первой помощи

<https://medbe.ru/firstaid/organizatsiya-pervoy-pomoshchi/pervaya-meditsinskaya-pomoshch-situatsionnye-zadachi/>

7. Оценочные материалы.

Теория: Бубнов В.Г. Основы медицинских знаний: учебное пособие: 8 – 10 кл., М.: АСТ: Астрель, 2005.

Практика:

- Справочник медицинской сестры по уходу. Редакция Н.Р. Палеева. Москва, "Медицина", 2009г.
- Справочник практического врача/ред. А.И. Воробьева. М.: Медицина, 1999.

8. Методическое обеспечение программы.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой,

в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом. Важнейшим требованием современного учебного занятия является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся, с учетом их состояния здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств.

В зависимости от поставленных педагогических задач, занятия могут быть:

- вводное (введение в предмет, постановка учебных цели и задач, определение средств и методов достижения цели, инструктаж по ТБ)
- занятия – изучение нового материала;
- занятия – повторение, направленные на закрепление, совершенствование ранее освоенных навыков;
- комбинированное (сочетающее изучение, повторение, совершенствование ранее освоенных упражнений)
- имеют наибольшее распространение в процессе обучения,
- контрольное занятие, проводятся после прохождения части программного материала;

Основные принципы построения учебного занятия:

- постепенность в развитии данных обучающихся;
- строгая последовательность в изучении и овладении практическими приемами;
- систематичность, регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса;
- проявление педагогической гибкости по отношению к обучающимся;
- принцип эмоционально психологической комфортности;
- принцип совместной деятельности педагога, обучающегося и родителей;
- принцип учета индивидуальных особенностей обучающихся.

Основные методы, используемые в учебно-воспитательном процессе.

1. Демонстрационные:

- показ;
- пример;
- видеоиллюстрация.

2. Вербальные:

- объяснение;
- беседа;
- рассказ;
- анализ;
- инструктаж.

3. Практические:

- упражнение;
- игра;
- взаимоконтроль;

-самоконтроль;

4. *Стимулирующие:*

-соревнование;

-конкурс;

-поощрение,

-показательные выступления

Структура учебного занятия

Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

Подготовительная часть занятия.

Выполняет служебную функцию, так как обеспечивает лишь создание предпосылок для основной учебно-воспитательной работы. Задачи подготовительной части – сообщение задач и намеченного содержания занятия. Граница между подготовительной и основной частью занятия условна, поскольку первая как бы переходит во вторую.

Основная часть занятия.

Выполняет главную функцию, так как именно в ней решаются все категории задач. Структура основной части бывает однородной или комплексной (комбинированной). Однородная структура типична для занятий, где все направлено на реализацию одной главной задачи. Комплексная структура типична для занятий, в которых решаются в качестве основных несовпадающие задачи. Почти всегда эти задачи решаются в определенной последовательности.

Заключительная часть занятия.

Выполняет функцию организации завершения учебно-воспитательного процесса. В заключительной части важно подвести итоги занятия, определить насколько удалось решить намеченные задачи, и сориентировать обучающихся на очередные цели.

9. Список литературы.

1. Березнева В.И. Электротравма, электрические ожоги и их лечение. Л.: Медицина, 1990.
2. Бубнов В.Г. Основы медицинских знаний: учебное пособие: 8 – 10 кл., М.: АСТ: Астрель, 2005.
3. Михайлович Ю.Д. Болевой синдром. Л.: Медицина, 1990.
4. Сергеев Ф.С. Занимательная физиология. М.: Молодая гвардия, 1990.
5. Сорокина Т.С. История медицины. М., 1992.
6. Справочник практического врача/ред. А.И. Воробьева. М.: Медицина, 1999.
7. Справочник медицинской сестры по уходу. Редакция Н.Р. Палеева. Москва, "Медицина", 2009г.

Интернет-ресурсы

1. <http://allfirstaid.ru> Все о первой помощи.

2. <http://test.safe-work.ru/Bib1/BibOT/Med/1pmchs2015.html> МЧС России. Оказание первой помощи пострадавшим.
3. <https://medbe.ru/firstaid/organizatsiya-pervoy-pomoshchi/pervaya-meditsinskaya-pomoshch-situatsionnye-zadachi/> Ситуационные задачи по первой помощи.
4. <https://www.redcross.ru/cto-my-delaem/obrazovatelnye-programmy/obuchenie-okazaniyu-pervoy-pomoshchi/uchebnye-programmy-po-0> Российский Красный Крест.